

ARRETONS DE FAIRE PEUR AUX PARENTS

Les écrans sont là, et au lieu d'en diaboliser les usages, il est nécessaire d'en comprendre les implications.

Les risques liés à une pratique excessive des écrans chez les jeunes enfants sont bien réels et ils ont fait l'objet de nombreuses études (conséquences sur le langage, le développement psycho moteur, l'attention, la concentration, le développement de l'empathie, les compétences socio-relationnelles...).

Halte aux Cassandres

Mais arrêtons de faire peur aux parents. Les écrans ne rendent pas épileptiques, ne sont pas responsables de l'obésité, de troubles visuels. Ils ont par contre des effets directs nocifs sur le sommeil et participent à l'augmentation de la sédentarité avec toutes ses conséquences.

Il n'y a pas d'éléments dans la littérature scientifique au sujet d'un quelconque rapprochement entre exposition aux écrans et troubles du spectre autistique. Ceci vient tout juste d'être confirmé par les travaux de la haute autorité de santé (HAS) sur la prise en charge de l'autisme parus en février 2018.

Effets néfastes connus d'une mauvaise utilisation des écrans chez l'enfant

Chez le petit

Diminution de la motricité (le développement sensori-moteur, a besoin de la 3 D et des 5 sens)

Retard de **langage** (le développement du langage a besoin d'interaction, avec des enjeux de communication)

Stimulations sensorielles hyperstimulantes et intrusives, bien supérieures au monde réel, et rien n'y fait sens.

Rend **passif**, l'enfant a besoin d'être acteur, agent de transformation, pas spectateur

Perturbent **l'attention, même en toile de fond**

Lien d'attachement perturbé, avec les héros, voire avec l'écran lui-même...

Chez le plus grand

Souvent programmes inadaptés à leur âge

Très forte **charge émotionnelle** (submerge l'enfant d'émotions, de sensations)

Impossibilité de lui **donner du sens** (attente de sécurisation)

Harcèlement nutritionnel

Écrans interactifs

Accaparent très vite toute l'attention

Chez le petit, les repères du monde réel sont en construction, notion du temps qui passe et de l'irréversibilité des choses, complexité des mouvements nécessaires à la réalisation d'une action (cube). Ces repères nécessitent un apprentissage avant d'affronter seul le monde "virtuel".

Jouer seul avant six ans devient vite compulsif et répétitif